B"H

ГОЛОС ИЗРАИЛЯ

МАРТ 2012 - АДАР/НИСАН 5772 - V0L. 14 NO. 3

Да живет наш Ребе-Б-г, наш Учитель, Король Мошиах вечно!

888-460-8269 Fax:414-332-3235
email:rabbiam@gmail.com

ЖЕЛАЕМ ВЕСЕЛОГО ПРАЗДНИКА ПУРИМ!

СЛОВА ЖИВОГО Б-ГА

УВАЖЕНИЕ ИЛИ ГОРДЫНЯ?

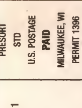
*Двое молодых людей: один очень Б-гобоязненный, другой весьма разбирающийся в Талмуде решили обзавестись семьями. Ученый взял в жены дочь самого богатого еврея в их местечке, а Б-гобоязненный - невесту из обеспеченной, хотя и не из самой богатой семьи.

Жители местечка больше почестей и уважения оказывали той семье, в которой муж был не столь ученый, но Б-гобоязненный. Стало как-то не по себе тому еврею, который слыл весьма ученым. И тогда он решил всех удивить: в один из дней собрал в синагоге общину и раскрыл им такие тайны Торы, о которых никто ранее не слыхивал.

Минул месяц, другой и почти все уже забыли про великого знатока Торы. “Но как же так, я дни и ночи трудился над Торой, достиг самых глубин познания, а люди никак это не оценивают”, - размышлял он. Поговорил

(→ → → → стр. 2)





Synagogue For Russian Jews
3213 North Oakland Avenue - Milwaukee, WI 53211
Vol. 14 No. 3
Address Service Requested

КЛАДОВАЯ ЗДОРОВЬЯ

ПОЛЕЗНОЕ НА ВАШЕМ СТОЛЕ



КИВИ

Если раньше на киви смотрели настораживающим взглядом, то уже сегодня данный экзотический фрукт украшает столы многочисленных семей. Более того, полезные свойства данного фрукта вывели его на первое место среди лучших продуктов, употребление которых оказывает на весь организм исключительно благоприятное воздействие. Не последнее место он занимает и в косметологии, что опять-таки делает его великолепным подарком для всего организма.

Что именно представляет собой киви, и какое именно воздействие этот фрукт оказывает на человеческий организм? Данный фрукт представляет собой коричневато-

(→ → → → стр. 4)

ГОЛОС РЕДАКЦИИ

"..Израильские ученые сделали важное открытие относительно свойств витамина D. Как выяснили две группы израильских исследователей, независимо друг от друга работавшие над проблемой лечения гепатита С и цирроза печени, именно витамин D может весьма позитивно повлиять на лечение этих двух, наиболее распространенных и опасных заболеваний печени.

Одно из исследований было проведено на клетках человеческого организма в лабораторных условиях, а другое - на подопытных грызунах. В обоих случаях клинические испытания еще впереди.."

Продолжение на странице: 14.

* * *

"..Брат спустился вниз, подсел к нему и спрашивает, всё ли в порядке, что же он не пляшет, не веселится? Еда невкусная? Или официанты грубы? Или музыканты фальшивят? (А сам про себя думает: "Или я цену запросил слишком большую?") Отец жениха отвечает, что всё в порядке, всё замечательно, а невесело ему по другим причинам, которые он обсуждать не хочет.

Брат вернулся к себе в офис и снова стал наблюдать за весельем, но по какой-то причине не мог оторвать взгляд от страдающего отца жениха...

Продолжение на странице: 3.



Published Monthly By:

Synagogue For Russian Jews Inc.
3213. North Oakland Avenue,
Milwaukee, WI 53211
414-961-0234 Fax: 414-332-3235

СЛОВА Б-ГА ЖИВОГО

УВАЖЕНИЕ ИЛИ ГОРДЫНЯ?

(← ← ← ← стр.1)

он с женой, и решили они переехать в большой город. Вот и поселились они в том месте, где никто их не знал...

Как-то в субботний день собрал ученый муж общину и объяснил им одно сложное место в Торе, от чего даже местные раввины почесали затылки от удивления.

- Шолом алейхем! - поздоровался Мошиах.

- Алейхем шолом, - ответил еврей, глубоко вздыхая.

- Как вы поживаете, в чем ваши нужды, может чего-то не хватает?

- Все слава Б-гу, прекрасная семья, живем в полном достатке, вот только одного не хватает - почему-то никто не уважает меня, знатока Торы, за ученость...

Услышал Мошиах эти слова, и поспешил уйти еще на 100 лет...

* * *

Из рассказанного понятно, что подчас большие мудрецы Торы перестают видеть истину. Гордыня застилает им глаза и, думая о себе, они могут забыть о Том, кто достоин настоящего почитания, и тем самым отсрочить раскрытие Мошиаха.

Но, слава Б-гу, мы сейчас живем в то время, когда Мошиах уже пришел, и находится в нашем мире. Более того, - он и есть Всевышний. И мы должны оставить мысли о собственной учености и персональной Б-гобоязненности, но открыть глаза. Все зависит только от нас! И даже если кто-то не готов этого сделать, и считает, что живет во времена, предшествующие приходу Мошиаха, то в таком случае совет один - следовать словам Ребе и быть преданным Ему: **"Отсюда понятно также, что касается служения евреев, которое требуется в праздник Симхат-Тора и привлечения его на весь год в целом. А, особенно, в этом году - служения, пронизанного идеей Мошиаха и Освобождения. Это означает что работа еврея в его повседневной жизни теперь, непосредственно перед Освобождением, подобна жизни и поведению евреев в дни Мошиаха в буквальном смысле"** /из сборника выступлений Ребе-Всевышнего, "Исваадус", 5752-й (1992-й) г., т.1, стр.147/.

ВСЕ ГОТОВО ДЛЯ ТРАПЕЗЫ

"..Сейчас мы уже находимся в том положении, когда материальное тело и даже материальность мира полностью очищены. Они сосуд, готовый воспринять... свет истинного и окончательного Освобождения. Вплоть до раскрытия самого Б-га, как Он открывается в Мошиахе...

Единственное, чего не достает еврею, чтобы открыл свои глаза как следует и увидел - все готово для Освобождения. Уже есть накрытый стол, Ливьосон, Шор-Абор, старинное вино, и мы уже сидим за столом -"столом Нашего Отца" - Короля над королями всех королей, Всевышнего, благословен Он..." /из сборника выступлений Ребе-Всевышнего, "Исваадут", 5752-й (1992-й) г., т.1, стр.354/.

И в этом есть истинное уважение, поскольку Ребе-Всевышний привел в наш мир Освобождение и ждет, когда мы все вместе, начнем жить по законам этого времени. Многие уже ощутили свое присутствие за одним столом с Б-гом и уважили Хозяина. Очередь за нами! И не стоит робеть, ведь Освобождение уже наступило и все готово для праздничной трапезы.

р. Шлоймо Сескутов

* /историю, приведенную в начале рассказал известный хасид реб Мотл Козлинер, благословенной памяти)

Наш информационный партнер: www.moshiach.ru

ЧУДЕСА СЕГОДНЯ

ДОЛЛАР ОТ РЕБЕ ДЛЯ ОТЦА ЖЕНИХА

...Беня Окунев нередко покидает Баффало для визита к своему тестю - сойферу Гершону Зуркину в Монреале. Возвращаясь в очередной раз домой, он застрял на границе в районе "Тысячи островов", где река Лаврентия вытекает из озера Онтарио. Ожидая на границе, он позвонил он брату в Нью-Йорк.

- Ой, что я сейчас услышал, какую историю мне тут рассказали! - раздались восклицания брата. - Я говорил с рабби Гринбергом, шойхетом из Кливленда. У него сейчас много работы как раз в Монреале. Там же шойхеты из разных направлений работают. К нему тут недавно обратился один хасид, и вот что рассказал:

"Мой брат владеет в Израиле большим залом для свадебных торжеств. Как-то раз в этом зале происходило торжество, свадьба "баалей-тшува" из России. Кабинет брата на втором этаже, и построен таким образом, что сверху можно видеть то, что происходит внизу. И вот он видит, что свадьба идёт весело и энергично, все веселятся и танцуют, и только отец жениха сидит за столом с кислым выражением лица.

Брат спустился вниз, подсел к нему и спрашивает, всё ли в порядке, что же он не пляшет, не веселится? Еда невкусная? Или официанты грубы? Или музыканты фальшивят? (А сам про себя думает: "Или я цену запросил слишком большую?") Отец жениха отвечает, что всё в порядке, всё замечательно, а невесело ему по другим причинам, которые он обсуждать не хочет.

Брат вернулся к себе в офис и снова стал наблюдать за весельем, но по какой-то причине не мог оторвать взгляд от страдающего отца жениха. Наконец он не выдержал, снова спустился вниз и сказал ему:

- Не знаю почему, но меня просто мучает, что вам плохо. Знаете, я вам расскажу историю. Вот ваш сын хабадник, так вот много лет назад я был в Нью-Йорке и посетил Любавичского Ребе. Он мне дал доллар. А когда я вернулся домой, я обнаружил, что долларов - два, это были новые доллары, и они слиплись вместе. Я знаю, что Ребе-Всевышний обычно даёт только один доллар, а если даёт второй, то всегда как-то это комментирует: или он даёт это для "удвоения силы" - на иврите "кифлаим летушия", или это специально за какое-то особое достижение в духовной работе, или как побуждение на какое-то дело. Но мне-то он ничего такого не сказал. И я всё время испытывал некое чувство вины, что этот доллар мне совсем не принадлежит. Я даже хотел вернуть его Ребе-Всевышнему, но с тех пор я не был в Нью-Йорке. А потом решил, что раз не удалось вернуть, значит не судьба. Так вот я хочу в честь свадьбы вашего сына дать вам этот доллар.

И тут папа жениха подскочил на месте и просто запрыгал, а потом схватил брата за рукав и потащил из зала, где из-за гремящей музыки сложно было что-либо слышать, и в коридоре рассказал ему следующее:

- Я, как вы видите, нерелигиозный человек. Мы выехали из Советского Союза, где ничего о религии не знали. Как-то раз я был в Нью-Йорке, мне было интересно посмотреть на Любавичского Ребе, про которого столько говорили, и я пошёл получить доллар. И вот когда подошла моя очередь, Ребе доллар не дал, а лишь сказал: "Я дам доллар для вас только после того, как вы сделаете обрезание". Мне это было не очень-то приятно слышать, более того я не чувствовал нужды в обрезании. Несколько раз представлялась такая возможность, но я каждый раз отказывался. И вот за неделю до свадьбы моего сына, который, как вы видите, религиозный, он сказал мне: "Папа, мне не хотелось бы, чтобы ты вёл меня под хупу необрезанным». И три дня назад я сделал обрезание. Поэтому я не танцевал, и выражение лица у меня такое кислое от боли. Но теперь-то, когда Ребе выполнил своё обещание через вас, выражение моего лица не могло не измениться!

по материалам: www.moshiach.ru

КЛАДОВАЯ ЗДОРОВЬЯ

ПОЛЕЗНОЕ НА ВАШЕМ СТОЛЕ

(← ← ← ← стр. 1)

зеленые пушистые плоды или ягоды, родиной которых является Китай. В Новую Зеландию данный продукт был завезен садоводом любителем Александром Эллисоном. Произошло это в 1906-м году. Своими целебными свойствами данные ягоды напоминают хорошо известный всем крыжовник. Вкус у фрукта незабываемый. Он одновременно напоминает вкус земляники, дыни, банана, ананаса, а также арбуза. Название данной ягоде было дано по названию вида бескрылой птицы, которая обитает исключительно в Новой Зеландии. Разрезав данный фрукт пополам, можно увидеть его светло-зеленую мякоть с черными семечками. Что касается кожуры, то она покрыта мелким пухом.

Какие полезные компоненты входят в состав данного оригинального фрукта? Прежде всего, это витамин С. Так как его количество в данном фрукте огромно, о нем невозможно не упомянуть в самую первую очередь. На каждые 100 гр. продукта приходятся 92 мг витамина С. По содержанию данного витамина этот продукт уступает только черной смородине. Этот же фрукт обогащен витамином Е и это несмотря на то, что данный витамин в больших количествах чаще всего содержится только в высококалорийных продуктах. Продукты, в состав которых входит хорошее количество витамина В9 (фолиевой кислоты), можно сосчитать на пальцах. Сравниться с киви по содержанию данного витамина может только брокколи. Съев один плод данного фрукта, вы обеспечите организм 10% суточной нормы фолиевой кислоты. В одном таком плоде содержится и 4% суточной нормы витамина В6 (пиридоксина). Помимо этого в состав данной ягоды входит большое количество витаминов A, D, B1, B2, B3. В список микроэлементов, которыми обогащен данный фрукт, можно занести: кальций, фосфор, калий, магний, железо, бета-каротин, йод, марганец, фермент актинидин, цинк, органические кислоты.

Большое количество витамина С в составе данного фрукта дает возможность употреблять его с целью профилактики различных инфекций, вирусов и простудных заболеваний. Этот же плод великолепно справляется с проблемами сосудов, укрепляет иммунную систему, нейтрализует негативное воздействие нитратов на организм, снижает до минимума риск развития злокачественных новообразований и сердечно-сосудистых патологий. С его помощью можно вывести из организма холестерин, улучшить процесс обмена веществ, нормализовать пищеварение, восстановить белковый обмен и предупредить возникновение как изжоги, так и отрыжки, а также ощущения тяжести в области живота.

При помощи микроэлементов, которые имеются в его составе, удается предупредить развитие атеросклероза (заболевания кровеносных сосудов), гипертонии (стойкого повышения артериального давления), сердечной недостаточности (снижения сократительной функции сердечной мышцы) и тромбоза (образования сгустков крови в просвете сосудов либо в полостях сердца). Даже если гипертония уже развилась, данный фрукт поможет уменьшить признаки ее проявления. Профилактика авитаминоза - еще одно показание к употреблению данного фрукта. Так как он содержит и большое количество железа, специалисты рекомендуют использовать его и при различных патологиях крови, а также при анемии. Киви свойственно укреплять и центральную нервную систему, что помогает людям гораздо быстрее справиться с любыми стрессовыми состояниями, чрезмерной нервозностью и раздражительностью. Включив в свой ежедневный рацион несколько вкусных плодов, вы сразу же приободритесь, а ваше настроение значительно улучшится. Данный фрукт рекомендуется употреблять и с целью профилактики образования камней в почках. Прекрасный помощник при заболеваниях сердца!

Норвежскими учеными были проведены исследова-

(→ → → → стр.5)

КЛАДОВАЯ ЗДОРОВЬЯ

ПОЛЕЗНОЕ НА ВАШЕМ СТОЛЕ

(← ← ← ← стр. 1, 4)

ния, результаты которых помогли им прийти к выводу, что данный фрукт является прекрасным помощником в борьбе с различными болезнями сердца. Все дело в том, что его употребление способствует сжиганию жиров, которым свойственно блокировать артерии. В результате, с его помощью удается снизить до минимума риск образования тромбов. При наличии патологий сердца в день следует употреблять 2 - 3 плода данного фрукта. Эффект такого лечения проявляется уже через 28 дней. Данного периода вполне достаточно для того, чтобы на 18% снизить риск формирования тромбов и на 15% уменьшить количество вредных жирных кислот в крови.

Врачи Новой Зеландии на все 100% уверены в том, что данный фрукт может стать полезной альтернативой аспирину. Некоторые фармацевтические компании уже выпускают жевательные таблетки и капсулы из киви, которые, по их мнению, намного эффективнее свежих плодов данной ягоды.

Бывает ли вредное воздействие? Да, такие случаи возможны. Так, к примеру, если у вас наблюдается повышенная кислотность желудочного сока, тогда данный фрукт лучше всего не употреблять. От его употребления стоит отказаться и всем тем гражданам, у которых отмечается склонность к аллергическим реакциям.

В состав свежевыжатого сока входит большое количество минеральных солей, дубильной кислоты, углеводов, ферментов и различных витаминов. Его употребление оказывает благотворное воздействие в самую первую очередь на общее состояние вен, при этом значительно улучшая периферическое кровообращение. Магний, входящий в состав данного сока, помогает улучшить работу сердца. Минералы зеленого пигмента данной ягоды усиливают синтез протеинов, что значительно улучшает работу головного мозга. При помощи содержащейся клетчатки удается вывести вредный холестерин и восстановить процессы пищеварения. Сок данного фрукта рекомендуется пить и людям, страдающим от сахарного диабета, так как ему свойственно регулировать количество сахара в крови. Его употребление позволяет укрепить защитные силы организма, улучшить состав крови, вести борьбу с вирусами, удерживать кальций в костях и повысить тонус. Учитывая данные факты, употребление данного сока рекомендуется: в качестве средства профилактики камнеобразования в почках, для лечения атеросклероза и ревматизма, больным гипертонией для нормализации артериального давления, как противомутагенное антиоксидантное средство.

Можно ли кушать кожуру данного фрукта? Не только можно, а даже нужно, несмотря на то, что ее мохнатый внешний вид далеко не всегда кажется съедобным. В кожуре данной ягоды намного больше антиоксидантов, нежели в ее мякоти. Кожуре присуще достаточно сильное антисептическое действие, благодаря которому она предупреждает распространение и размножение патогенных микроорганизмов в области желудочно-кишечного тракта. Перед тем как употреблять кожуру, для начала следует тщательно ее вымыть. Данный фрукт вместе с кожурой разрешается употреблять не всем. Если у человека очень чувствительная слизистая оболочка ротовой полости, тогда киви лучше всего употреблять в очищенном виде.

Данный фрукт относят к разряду диетических продуктов, именно поэтому его смело могут употреблять люди, которым хочется избавиться от определенного количества лишних килограммов. В 100 гр. продукта содержится всего 30 Ккал. В состав данного фрукта входит большое количество полезной клетчатки, которая способствует очень быстрому сжиганию жиров. Общеизвестным фактом является то, что именно клетчатка играет важную роль в формировании стройной фигуры. Помимо этого в составе киви практически нет сахара. Данная ягода поможет сжечь не только вредные жиры, которые циркулируют в крови, но еще и те, которые сосредоточены в проблемных участках тела. Содержащиеся во фрукте энзимы ускоряют синтез коллагена. В итоге, кожный покров остается эластичным даже в том случае, если вы сбросите не 3, а целых 10 или 15 кг.

Ни для кого не секрет, что соблюдение наибольшего количества диет сопровождается развитием различных проблем с кишечником. Предупредить данные проблемы поможет опять-таки данный фрукт, который следует употреблять каждое утро на голодный желудок. Беря во внимание все целебные свойства данной ягоды, она прекрасно подойдет и для разгрузочного дня. Во всех случаях употребление данного фрукта даст возможность как распрощаться с лишними килограммами, так и обогатить организм всеми необходимыми витаминами и микроэлементами.



ЕЖЕВИКА (BLACKBERRY)

Кто-то именует ее “скупой травой”, другие же называют “кровью титанов”. Несмотря на все эти сравнения во всех случаях речь идет о вкусном десерте и природном лекаре под названием ежевика.

Что же представляет собой данное растение? Ежевика представляет собой полукустарник, который является представителем рода рубус семейства розовые. В высоту растение достигает около 150-ти см. Современные специалисты выделяют 2 вида данного растения, а именно ежевику сизую и кустистую. Некоторые авторы второй вид именуют куманикой, а вот первый и вовсе ажиной. При этом оба вида представлены полукустарниками, на стеблях и побегах которых имеются тонкие, но при этом изогнутые либо прямые шипы. Что касается стеблевых побегов, то они являются гибкими, лежачими или приподнимающимися. Листья тройчатые и состоят из 5 - 7 листочков. Цветки белые и достаточно крупные. Все они собраны в щитковидные разветвленные соцветия. В диаметре они достигают 3-х см.

Плодам растения в процессе их созревания свойственно изменять свой окрас. Поначалу они зеленые, затем буроватые, а после этого они становятся ярко-красно-бурого цвета. Зрелым плодам присущ черный окрас, иногда даже с сизым налетом. Сок плодов кислый, темно-красный и немного смолистый. В южных странах плоды наделены сладковатым привкусом. Увидеть растение цветущим можно с конца мая до поздней осени. Плодоносит оно в конце лета - начале осени.

Размножается данное растение как черенками, так и отводками, семенами, а также корневыми отпрысками. В плодоводстве европейских стран растение не имеет промышленного значения. Американцы же разводят его на огромных площадях в качестве рыночной ягоды. Особенно широко культивируются гибриды с данным растением и малиной.

Данное растение произрастает практически по всей европейской части России. Помимо этого его можно встретить в Крыму, средней Азии, Западной Сибири, а также на Кавказе. Излюбленными местами его обитания принято считать лесные поляны, влажные леса, заливные луга, дорожные канавы, берега рек и болот. На хорошо освещенных местностях образует густые заросли.

Листья и плоды в высушенном и свежем виде широко используются как в кулинарии, так и в медицине. Ягоды выступают в роли красителя и лекарства. Само растение хорошо укрепляет почву, именно поэтому очень часто его высаживают для закрепления как оврагов, так

(→ → → → стр.6)

КЛАДОВАЯ ЗДОРОВЬЯ

ПОЛЕЗНОЕ НА ВАШЕМ СТОЛЕ

(← ← ← ← стр. 1, 4, 5)

и склонов, а также балок. Листья используются в качестве суррогата чая. С их же помощью окрашивают ткани в фиолетовый, темно-ро-зовый, синий либо коричнево-фиолетовый цвета. При помощи цветков шелку придают зеленовато-желтый окрас. Ежевика является медоносом. Ее мёд прозрачный, светлый и наделен слабым ароматом. Нередко ее выращивают и для декорации местности.

Листья рекомендуется собирать во время цветения, а вот молодые побеги с листьями исключительно весной. Корни заготавливают весной либо осенью. Созревшие плоды следует собирать в утренние часы, причем погода должна быть солнечной. Собранные листья должны слегка привянуть, после чего их нужно будет размять, покропить водой и завернуть в чистое полотенце. Оставляем листья на сутки в темном месте, после чего сушим их. Хранить листья следует в плотно закрытой емкости. Что касается молодых побегов с листьями, то их сушат в тени на открытом воздухе. Очень важно чтобы помещение хорошо проветривалось. Корни же следует сушить в сушилках, предварительно очистив их от земли и тщательно промыв. Зрелые плоды первоначально сушат на солнце, после чего их также помещают в сушилку. Срок годности плодов составляет 12 месяцев, а вот корни можно хранить не менее 3-х лет.

В терапевтических целях используются как корни, так и листья, плоды, а также сок данного растения. Это и не удивительно, так как во всех этих частях отмечается скопление огромного количества целебных компонентов. В их список можно занести: белок, воду, глюкозу, сахарозу, углеводы, фруктозу, органические кислоты, клетчатку, каротин, пектиновые и дубильные вещества, ароматические компоненты, витамины В, В6, С, РР, Е, К, провитамин А, кальций, барий, молибден, титан, натрий, фосфор, стронций, железо, марганец, медь, кобальт, магний, калий, ванадий, хром.

Ежевике присущи многочисленные терапевтические свойства, а именно: антиоксидантное, закрепляющее, противовоспалительное, ранозаживляющее, болеутоляющее, вяжущее, противогнилостное, потогонное, успокаивающее, общеукрепляющее, жаропонижающее, кровоостанавливающее, кровоочистительное, мочегонное.

К сожалению, различные части данного растения используются в официальной медицине далеко не во всех странах мира, однако в некоторых из них они пользуются особой популярностью. Так, к примеру, в Германии молодые листья за счет наличия в них органических кислот и дубильных веществ используются в виде настоя для лечения как кашля, так и диареи. Этим же настоем рекомендуется полоскать ротовую полость при воспалительных процессах. А вот в Болгарии листья применяются в виде отвара, которым осуществляют терапию желудочных кровотечений, диареи, а также гастритов. В Польше особой популярностью пользуются плоды. За помощью к ним обращаются при воспалении почек либо мочевого пузыря, при кашле либо болях в суставах. Наружно плоды применяют вместо ранозаживляющего средства. Во Франции особое внимание уделяют всем частям данного растения, в том числе и его соку. Многие специалисты прописывают плоды этого растения в смеси с другими травами для лечения и такого распространенного заболевания как сахарный диабет. Дизентерия - еще один недуг, который лечат данным растением.

Ежевику категорически запрещено употреблять всем тем людям, у которых отмечается индивидуальная непереносимость ее компонентов. С особой осторожностью к употреблению ягод следует отнестись и тогда, когда в наличии имеется какое-либо заболевание тонкого кишечника либо желудка. В этих случаях свой выбор стоит остановить на ежевичном соке, однако и его употребление должно быть ограничено (при повышенной кислотности в день можно пить не более 1 стакана сока). Побочные эффекты Нерациональное использование ягод может стать причиной развития аллергической реакции. Первые признаки аллергии дают о себе знать уже через 5 - 7 минут. В редких случаях их удается обнаружить только через 2 - 3 суток. При развитии аллергии человека начинают беспокоить тошнота и рвота. Помимо этого может наблюдаться отёк слизистых оболочек и расстройство кишечника. В крайне тяжелых случаях отмечается явное нарушение процесса дыхания и работы сердца, а также потеря сознания. При возникновении данных симптомов как можно быстрее промойте желудок. Для этого выпейте 3 - 6 стаканов теплой воды и произвольно вызовите рвоту. Не будет лишним принять и какой-нибудь противоаллергический препарат, а также получить консультацию специалиста.



ИЗВЕСТНЫЕ ВИДЫ ЛУКА

Человечеству известно более трех сотен разновидностей лука и его сородичей. Из них всего восемнадцать широко применяются в кулинарии и лишь шесть сочетают приемлемую цену и массу полезных свойств. Люди выращивают это растение уже больше тысячи лет. В культурном разведении растение живет не больше двух лет, дикие же сородичи - многолетники. Самые крупные луковицы достигают в диаметре пятнадцати сантиметров. Цвет их может быть от белоснежного до темно-фиолетового или коричневого. В середине лета растение дает длинную, до полутора метров стрелку, на которой распускаются мелкие цветки, собранные в зонтик. К концу лета созревают плоды – мелкие коробочки с семенами.



ЛУК ПОРЕЙ (LEEKS)

(→ → → → стр.7)

КЛАДОВАЯ ЗДОРОВЬЯ

ПОЛЕЗНОЕ НА ВАШЕМ СТОЛЕ

(← ← ← ← стр. 1, 4, 5, 6)

Близкий родственник репчатого. Родина его - азиатские страны. Именно отсюда распространился вид по миру. Это растение широко применяли в пищу еще в Древнем Египте. Очень ценился в Древнем Риме и был деликатесом. Широко использовался и во времена Средневековья. Причем уже в те времена применялся не только в кулинарии, но и в целительстве. Улучшает работу пищеварительных органов, способствует кроветворению. В этом растении много аскорбиновой кислоты, витаминов PP, E, B1 и B2. Сегодня культивируется практически во всех климатических зонах. Представляет собой плотный и толстый стебель, высотой почти до метра, расходящийся на веер зеленых длинных и узких листьев. Луковицу практически не формирует.



ШАЛЛОТ (SHALLOTS)

Эта разновидность растения распространилась по миру из Азии. Оно отличается от репчатого собрата мелкими подземными частями, обладающими особым привкусом. А в кулинарии применяется в основном зелень, которую можно собирать по нескольку раз в год. Науке неизвестны дикорастущие аналоги этого растения. Шалот - двухлетнее растение. В этом растении много аскорбиновой кислоты, витаминов B1 и B2, PP. В народной медицине применяется в лечении недугов пищеварения и глаз.



РЕПЧАТЫЙ

Это растение очень широко распространено в природе, а также выращивается в культуре. Произрастает в умеренном климате. Растет густыми зарослями, многолетник, луковицы совсем мелкие до сантиметра в диаметре. Высота стебля до 60-ти см. В зелени этого вида много не только витаминов, но и протеина. Употребляются в пищу даже цветы этого растения. Существуют и декоративные виды с цветами разной окраски.

Наибольшее количество биологически активных веществ содержится в репчатом луке в области возле корней. Поэтому при очистке следует меньше срезать эту часть. Репчатый лук обладает следующими целебными качествами: уменьшает количество холестерина в крови, противовирусное средство, нормализует уровень сахара в крови, устраняет перхоть, лечит кашель, лечит насморк, вытягивает нарывы и ускоряет заживление ран, улучшает аппетит и выделение пищеварительных соков, уменьшает кровяное давление, успокаивает нервную систему, улучшает сон, очищает стенки сосудов от атеросклеротических бляшек, помогает от поноса, кишечных инфекций, снимает боль при жалении насекомыми, предупреждает развитие инфаркта миокарда, предупреждает малокровие, поддерживает нормальную кишечную микрофлору.

Более всего богаты витаминами зеленые части растения. В луке много витамина C (10 мг в 100 граммах продукта), провитамина A, витаминов PP (0,2 мг), а также B1(0,05 мг) и B2 (0,02 мг). Достаточно высок уровень сахара, в некоторых сортах до 14%, присутствует растительный белок (до 2%). Сахара представлены фруктозой и сложным сахаром инулином. Около 0,5% пектинов и 0,2% органических кислот входят в состав сухого вещества. Из микроэлементов следует упомянуть серу, железо (0,8 мг), йод, кальций (30 мг), фосфор (56 мг), цинк (0,85 мг) и калий (170 мг). Среди компонентов этого растения есть и такие, которые действуют на человеческий организм подобно половым гормонам. С этим некоторые исследователи связывают омолаживающие функции лука. Калорийность 100 гр. продукта составляет в среднем 44 килокалории.

Луковый сок содержит большое количество углеводов, витаминов, эфирных масел. Сок активизирует пищеварение, лечит от запоров, нормализует уровень сахара и холестерина в крови. Его применяют для предупреждения атеросклероза: взять одинаковое количество сока и меда, принимать по столовой ложке трижды в сутки.

Рецепты здоровья:

От аденоидов: 10 мл сока объединить с 30 гр. масла облепихи, 15 гр. масла какао (растопить), 10 гр. меда, 5 гр. прополиса. Сделать эмульсию, которую накладывать на турунды и вводить в полость носа на 20 минут.

От тонзиллита: употреблять сок по чайной ложке трижды - четырежды в сутки.

От зубной боли: втереть в десны вокруг болящего зуба.

Для лечения атеросклероза: 200 мл сока объединить с 200 мл молока, добавить немного жидкого меда. Употреблять по 1 ст.л. трижды в сутки за 60 минут до трапезы или спустя 2 часа.

Для лечения офтальмологических заболеваний и ухудшения зрения: смешать в равных частях сок и мед, закапывать в глаза.

Для очищения почек от камней употреблять по 20 мл сока трижды в сутки.

Для лечения геморроя пить по чайной ложке сока перед каждым приемом пищи.

При шуме в ушах вводить в них турунды, смоченные соком.

При гастрите пить по 1 столовой ложке сока три – четыре раза в сутки.

Сок лука порея тоже обладает лечебными свойствами. Так, людям, страдающим сильными головными болями, следует сделать смесь из двух третей сока этого растения и одной трети меда. Смесь следует в подогретом виде закапывать в нос и уши.

www.tiensmed.ru

СО ВСЕГО СВЕТА

МЕДИЦИНСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП

Установили кардиостимулятор 15-минутному ребенку

Американские хирурги имплантировали кардиостимулятор ребенку через 15 минут после рождения, пишет USA Today. Новорожденная девочка стала одним из самых маленьких реципиентов устройства за всю историю медицины.

Во время обследования по поводу беременности 26-летней Лиэнн Махарадж врачи обнаружили, что частота сердечных сокращений (ЧСС) плода опасно низка. Выяснилось, что из-за атаки иммунной системы матери у ребенка развилась блокада сердца, ставшая причиной брадикардии (чрезмерного снижения ЧСС).

В связи с этим сотрудники клиники калифорнийского Стэнфордского университета приняли решение вызвать роды раньше положенного срока, чтобы приступить к лечению девочки, пока у нее не развилась тяжелая недостаточность кровообращения. "Мы волновались, но в то же время надеялись, что она борется внутри, как только может", - рассказал отец ребенка, 31-летний менеджер по информационным технологиям в Кремниевой долине Камнил Махарадж.

Роды решили спровоцировать на 31-й неделе беременности. Для оказания экстренной помощи новорожденной была сформирована бригада из 20 медработников. Роды девочки массой около 1,6 килограмма прошли без осложнений, однако ее ЧСС составляло лишь 45 ударов в минуту при средней норме для новорожденного в 140 (от 110 до 170) ударов в минуту.

Поэтому хирург Кацухидэ Маэда принял решение провести имплантацию кардиостимулятора (прибора, генерирующего импульсы нужной частоты для сокращения сердца) немедленно. Как правило, новорожденным детям лишь подводят к сердцу электроды, оставляя сам стимулятор снаружи, чтобы завершить имплантацию через несколько недель. Однако Маэда решил избежать повторного вмешательства и установил прибор сразу. Операция заняла около часа и прошла успешно.

Главный педиатр Детского благотворительного госпиталя Канзас-Сити Майкл Артман, не принимавший участие в лечении ребенка, назвал проведенное Маэдой вмешательство "впечатляющим достижением", которое должно послужить примером для других клиник.

В настоящее время девочке, названной Джая, что на хинди означает "победа", исполнилось почти три месяца. Она весит более 3,6 килограмма и развивается нормально.



В США обнаружен поддельный "Авастин"

Genentech, дочерняя компания швейцарского фармацевтического холдинга Roche, предупредила об обнаружении поддельных партий производимого ей противоракового препарата Avastin ("Авастин", бевацизумаб), сообщает L.A. Times.

Контрафактный продукт был обнаружен в ряде медицинских учреждений США. Источник и размеры поддельной партии, а также география ее распространения в стране и мире пока неизвестны. Эти вопросы расследуют сотрудники Genentech совместно с Управлением по продуктам и лекарствам США.

По словам представителя компании Шарлот Арнольд, выяснилось, что в поддельном лекарстве отсутствует действующее вещество. Предполагается, что контрафакт произведен за пределами США.

На упаковке настоящего "Авастина" напечатано название компании Genentech, чего нет у поддельного препарата. Кроме того, номера партии оригинального лекарства содержат шесть цифр без букв, а обнаруженный контрафакт маркирован как B86017, B6011 и B6010.

Поддельные лекарства были приобретены американскими медучреждениями у фирмы Quality Specialty Products. По данным FDA, их сбыт через границу могла осуществлять компания Montana Health Care Solutions.

Формирование новых синапсов при запоминании

Американским ученым удалось запечатлеть процесс формирования нейронных связей при запоминании, сообщает Medical News Today. Исследование провела группа специалистов под руководством И Цзо из Калифорнийского университета в С. Крузе. Отчет об их работе опубликован в журнале Nature.

Группа Цзо провела серию экспериментов на лабораторных мышах. Исследователи обучали животных простым действиям, например, хватать различную пищу передними лапами. После этого с помощью двухфотонной лазерной микроскопии изучались пирамидальные нейроны в двигательной коре мозга грызунов.

В ходе исследования было зафиксировано формирование у пирамидальных нейронов новых дендритных шипиков, оканчивающихся синапсами. При этом около трети новых синапсов возникали в области только что сформированного контакта между нервными клетками. Таким образом, в течение нескольких дней, когда мыши повторяли новые для них действия, в двигательной коре образовывались кластеры новых синапсов.

У животных, которых обучали нескольким действиям, также происходило формирование указанных кластеров. Однако кластеры, отвечавшие за различные действия, оказались не связаны между собой. В мозге мышей, которым каждый день предлагались разные задания, также происходило образование новых синапсов, однако они не объединялись в кластеры.

В 2009-м году похожее

(→ → → → стр. 9)

СО ВСЕГО СВЕТА

МЕДИЦИНСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП

(← ← ← ← стр. 8)

исследование провели сотрудники американского Университета Джонса Хопкинса. Они смогли проследить и записать на видео процессы перемещения рецепторов на нервных клетках при формировании долговременной памяти.

Американские ученые ускорили проведение МРТ

Американские исследователи разработали технологию, позволяющую в разы уменьшить время проведения магнитно-резонансной томографии (МРТ), сообщает ScienceNOW.

Продолжительность исследования влияет на его стоимость и доступность для пациентов. Кроме того, проведение МРТ у детей сильно затруднено из-за того, что их сложно удержать в неподвижности на протяжении длительного времени.

При этом, как отметили исследователи из Калифорнийского университета в Беркли, "скорость получения данных при МРТ в своей основе ограничена физическими и физиологическими факторами". В связи с этим они решили модифицировать не конструкцию прибора, а алгоритм сканирования.

Примененный учеными принцип получения изображения по сути напоминает сжатие графической информации в JPEG-файлах. Вместо того чтобы сканировать все точки исследуемого среза, аппарат проводит сканирование отдельных точек, случайно распределенных по нему, получая "разреженное" изображение. После исследования "пустые" точки заполняются по алгоритму, определяющему простейшее решение для каждой из них.

Как следует из сообщения, новая методика, получившая название МРТ-сканирование со сжатием (compressed sensing MRI), позволяет за 10 минут выполнить исследование, традиционно занимавшее час.

Доклад о разработке прозвучал на ежегодном слете Американской ассоциации содействия развитию науки (AAAS).

Путь к созданию новых лекарств от рассеянного склероза

Ученые из США определили структуру белка-рецептора, который играет важную роль в развитии рассеянного склероза и ряда других заболеваний. Как сообщает Medical Xpress, исследование провела группа специалистов Исследовательского института Скриппс под руководством Хью Розена и Рэймонда Стивенса.

Белковые рецепторы S1P1 регулируют миграцию лимфоцитов из лимфатических узлов. Указанные клетки крови играют важную роль в развитии рассеянного склероза, повреждая оболочку нейронов в головном мозге, в результате чего нарушается нормальное проведение импульсов в центральной нервной системе.

По словам авторов работы, информация о структуре рецепторных центров связывания с лигандом позволит синтезировать вещества, которые будут взаимодействовать с рецепторами S1P1, обеспечивая тот или иной терапевтический эффект.

В ходе исследования ученые использовали рентгеновскую кристаллографию. Это метод позволил им определить трехмерную структуру S1P1-рецепторов. Кроме того, на основе полученных данных исследователям удалось создать изображения этих белков.

Выполнив ряд экспериментов на мышах, Розен и его коллеги также показали, что регуляция работы S1P1-рецепторов позволяет защитить грызунов от заражения пандемическим штаммом вируса гриппа.

После терактов от опухолей умерли 65 полицейских

65 человек достигло число Нью-йоркских полицейских, скончавшихся от наличия злокачественной опухоли, вызванной, предположительно, их участием в ликвидации последствий терактов 11-го сентября. Такие данные озвучил президент полицейского профсоюза города Патрик Линч.

По словам Линча, наличие опухоли диагностировано еще у 300 полицейских, участвовавших в ликвидации последствий терактов.

Профсоюз "Благотворительная ассоциация патрульных" требует от мэра города Майкла Блумберга передать медицинские данные полицейских специальной комиссии. Она изучает вопрос о том, связаны ли заболевания с загрязняющим веществом, образовавшимся после падения башен Всемирного торгового центра. Эта комиссия до конца недели должна дать федеральным властям рекомендацию по поводу того, следует ли выделять на лечение болезней компенсации, предусмотренные специальным законом для пострадавших при терактах. Об этом сообщает The New York Times.

Закон, в который планируется внести изменения (James Zadroga 9/11 Health and Compensation Act), вступил в силу в 2011-м году. Он назван по имени полицейского Джеймса Задроги. Задрога участвовал в спасательной операции на месте терактов и скончался в 2006-м году от заболевания органов дыхания.

Число американцев с искусственным коленом обеспокоило специалистов

Американских ортопедов обеспокоило число пациентов с протезами коленного сустава. Как сообщает FOX News, такие протезы имеются у каждого двадцатого американца старше 50 лет.

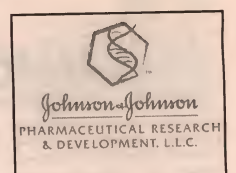
Ситуацию с протезированием коленных суставов в стране проанализировала группа специалистов под руководством Елены Лосиной из бостонской клиники Brigham and Women's. Они изучили все случаи такого протезирования, выполненного в период с 1998-й по 2009-й год.

Общее число американцев с протезами колена исследователи оценили в 4,5 миллиона человек. При этом около 500 тысяч таких пациентов дважды проходили процедуру протезирования одного и того же сустава.

По данным исследования, наиболее часто протезирование коленных суставов проводят американцам старше 80-ти лет. В указанной возрастной группе такой протез имеет каждый десятый житель США.

Президент Американской академии хирургов-ортопедов Дэниел Берри подчеркнул актуальность данного исследования. По его словам, приведенные выше цифры показывают, какой части населения страны в дальнейшем понадобится специализированная медицинская помощь, связанная с наличием протеза.

Маниш Сети и его коллеги из американского Университета Вандербильта, в свою очередь, оценили размер необязательных расходов в ортопедии. Они выяснили, что ежегодно каждый ортопед, перестраховываясь, назначает пациентам исследования без необходимости на сумму более 100 тысяч долларов. С учетом количества таких специалистов в стране необязательные расходы превышают два миллиарда долларов в год.



158 миллионов долларов штрафа за незаконное продвижение

В США фармацевтическую компанию Johnson & Johnson приговорили к крупному штрафу за незаконное продвижение одного из лекарств. Как сообщает BBC, соответствующее решение принял суд по гражданским делам в штате Техас.

Фармкомпанию обвинили в нарушении правил продвижения антипсихотического препарата "Риспердал" (рисперидон). Johnson & Johnson пыталась продавать лекарство через техасское подразделение программы оказания медпомощи Medicaid. Согласно материалам суда, при этом руководство компании пыталось использовать незаконное продвижение "на каждом уровне"

(→ → → → стр. 10)

СО ВСЕГО СВЕТА

МЕДИЦИНСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП

(← ← ← ← стр. 8, 9)

программы.

В связи с этим в отношении Johnson & Johnson был подан гражданский иск. Власти штата Техас присоединились к иску, потребовав от фармкомпании возместить нанесенный ущерб. Убытки от незаконной деятельности они оценили в один миллиард долларов.

По решению суда, Johnson & Johnson оштрафовали на 158 миллионов долларов. Кроме того, аналогичные обвинения были выдвинуты в отношении одного из подразделений фармацевтического гиганта. Однако в настоящее время компания Janssen Pharmaceutics все еще имеет возможность оспорить вердикт судей.

Ранее крупные штрафы были наложены на Johnson & Johnson по искам в других штатах. В частности, Южная Каролина отсудила у компании 327 миллионов долларов, а Луизиана - 258 миллионов.

Деревня для пациентов с болезнью Альцгеймера

В Швейцарии разработана новая схема помощи пожилым больным, страдающим болезнью Альцгеймера и другими видами деменции (приобретенного слабоумия), пишет The Independent. Для постоянного пребывания таких пациентов планируется построить новую деревню, воссоздающую атмосферу их жизни в молодости.

Место для поселения выбрано по соседству с деревней Видлисбах неподалеку от Берна. Там планируется построить 23 дома в стиле 1950-х годов с характерными для этого времени палисадниками. В домах смогут разместиться 150 резидентов.

По замыслу создателей, пожилые пациенты будут иметь полную свободу передвижений внутри деревни. Единственное, что им не дадут сделать - это выйти за пределы населенного пункта. Чтобы сделать атмосферу нормальной жизни более убедительной, ухаживающий за больными персонал будет одет как продавцы, садовники и парикмахеры.

Как пояснил автор идеи предприниматель Маркус Вегтлин, жизнь в такой деревне должна повысить у пациентов чувство безопасности – при деменции люди с трудом вспоминают недавние события, а прошлое, как правило, помнят хорошо. “Такое окружение приносит им комфорт. Я называю это путешествием назад во времени”, - заявил Вегтлин.

Стоимость проекта оценивается в 20 миллионов евро. Сколько будет стоить пребывание пациента в деревне-санатории, не сообщается.

Перед тем как начать работу над своим проектом, Вегтлин посетил нидерландский приют для больных деменцией Hogewey, открытый в пригороде Амстердама в 2009-м году. В этом учреждении за пять тысяч евро в месяц пациентам также создают комфортные для их восприятия иллюзии. “Люди с деменцией зачастую беспокойны и агрессивны, однако в Hogewey они расслаблены и довольны”, - поделился своими впечатлениями швейцарец.

Замысел Вегтлина уже вызвал недовольство ряда соотечественников - специалистов по гериатрической помощи. Так, директор дома престарелых Sonnweid Михаэль Шмидер заявил, что считает воссоздание атмосферы 1950-х годов неоправданным, поскольку это - “попытка подделать нормальность, которой у людей с деменцией нет”. Он подчеркнул, что его собственные пациенты живут в достатке “здесь и сейчас, а не когда-то тогда”. Недоброжелатели уже прозвали будущую деревню “Деменциявилль”.

Тем не менее, Швейцарская ассоциация болезни Альцгеймера поддержала проект Вёгтлина. Как пояснила ее представитель Биргитта Мартенссон, болезнь имеет несколько стадий, что требует различные виды помощи. Деревню для пациентов она назвала “хорошим решением” при поздних стадиях заболевания.

Американцы пересадили 30 почек по принципу домино

Хирурги в США пересадили 30 почек по принципу домино. Как сообщает The New York Times, в этой цепочке из 60-ти операций участвовали 17 медицинских учреждений в 11-ти американских штатах.

Принцип домино при проведении трансплантаций используется в случае несовместимости донорской почки с организмом реципиента. Для участия в серии операций врачи подыскивают необходимое количество пар. Участников отбирают таким образом, чтобы для каждого реципиента нашелся совместимый донор из другой пары.

Первый донор в цепи лишился одной из своих почек 15-го августа 2011-го года. Наиболее длительный период между двумя операциями превысил два месяца. Последняя из трансплантаций была проведена в Медицинском центре Университета Лойолы в Чикаго.

По данным Национального реестра почек, эта серия операций стала 124-й среди всех трансплантаций органа, выполненных по принципу домино. На данный момент она является рекордной по количеству участвовавших в ней пар “донор-реципиент”.

В 2005-м году первую серию пересадок по принципу домино провели сотрудники Медицинского центра Джонса Хопкинса в Балтиморе. В 2010-м году по этой методике в США было выполнено более четырех сотен трансплантаций.

О вреде планшетных компьютеров для здоровья

Широкое распространение планшетных компьютеров, таких как iPad, привело к росту заболеваемости специфическими поражениями опорно-двигательной системы. Обзор таких заболеваний с комментариями экспертов подготовило издание Daily Mail.

В обзоре приводится комментарий автора блога по эргономике The Ergolab Синди Дэвис. По ее словам, найти комфортное положение тела при использовании iPad крайне сложно. “С моей точки зрения, планшетный компьютер не предназначен для длительного набора текста. Работая с ним, практически невозможно поддерживать позу, не приводящую к нарушениям со стороны опорно-двигательного аппарата”. Неправильная поза при пользовании iPad чревата в первую очередь заболеваниями шейного отдела позвоночника.

Первое место среди подобных нарушений, как и при пользовании обычным компьютером, занимают “травмы от повторяющихся нагрузок” (repetitive strain injuries) - повреждения сухожилий от постоянного однообразного напряжения и растяжения. Наиболее распространенным из таких повреждений является синдром запястного канала (карпальный туннельный синдром), при котором из-за длительного набора текста на клавиатуре, пользования мышью или держания “планшетника” в запястном канале ущемляется и повреждается срединный нерв.

Длительное использование указательного пальца правой руки для навигации по меню и страницам также чревато хронической травмой связанных с ним мышц и сухожилий.

Также сообщается, что пользователи планшетных компьютеров часто жалуются на хроническую боль в большом пальце левой руки, который испытывает большую нагрузку при держании устройства, а также неприятные ощущения в локтях и плечах, вызванные неудобной позой при работе с ним.

Совокупность подобных расстройств уже получила среди пользователей планшетных компьютеров прозвище iPad hand (“айпадная рука”). Врачи все чаще сообщают об обращениях к ним по поводу таких заболеваний.

“Длительное использование планшетных компьютеров может вызвать различные формы травм пальцев и кистей от повторяющихся нагрузок. Правильная осанка и частые короткие перерывы в работе могут уменьшить подобные симптомы”, - заключил медицинский директор Бомонтского центра медицины боли в Мичигане Джон Папп.

www.medportal.ru

ИСКУССТВО ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ

Д-р Эдвард Доманскинс сертифицирован Американским советом пластической хирургии. Он президент и основатель Американского общества bariatric-пластических хирургов, а также является членом Американского общества пластической хирургии и Американского общества эстетической пластической хирургии. Доктор Доманскинс числится в списке лучших врачей Америки.

Согласно статистическим данным Американского общества пластической хирургии около трех миллионов человек прошли косметические операции в прошлом году. Еще около восьми миллионов - другие нехирургические косметические процедуры. Мало того, что количество резко увеличилось, а также изменилась демографическая ситуация. В былые времена услугами косметической хирургии в основном пользовались женщины, пожилые люди или имеющие физические недостатки. Сейчас все чаще мужчины и даже подростки, а также те, кто имееет незначительные недостатки идут “под нож” ради красоты!

Искусство пластической косметической хирургии развивается, привлекая новые и более эффективные процедуры. Один из самых распространенных методов является “Ботокс”. Этот токсин вводится, чтобы парализовать мышцы, тем самым снижая линии морщин. Наиболее распространенные области применения “Ботокса” - вокруг глаз, что разглаживает линии хмурого взгляда, а также “гусиные лапки”. В среднем эффект сохраняется от трех до пяти месяцев. Иногда, впрочем, это может помешать необходимым движениям, таким как закрытие век, что, к счастью, временно.

Я развиваю мои личные методы в течение многих лет. Уже много времени, я применяю традиционную подтяжку лба от уха до уха, и ожидаю того дня, когда операции и, как следствие шрамы, уйдут в прошлое! Ибо, пластическая хирургия будет продолжать развиваться и идти в ногу с требованиями постоянно стареющего населения, стремящегося выглядеть лучше и моложе.

Надеюсь, этот обзор предоставил вам более полное представление о моих увлекательный и динамичный области пластической косметической хирургии!

Если вы заинтересованы в подтяжке лица, или любой другой косметической процедуре, мы будем делать все от нас зависящее, чтобы убедиться, что вы получите необходимую вам информацию. Вот почему я также приглашаю вас позвонить в наш офис (Orange County) 949-640-6324 чтобы получить консультацию. Мы с нетерпением ждем от вас.

ЧУДЕСА СЕГОДНЯ

ОН САМ БЫЛ ЗДЕСЬ!



В начале года обстановка в еврейской школе обычно бывает очень напряженной. Руководство школы и преподаватели прилагают все силы к тому, чтобы принять учеников и предусмотреть все то, что позволит учебному процессу идти как по маслу.

...В тот день в еврейской школе города Гренобль (Франция) ожидали группу новых учеников, которую направили на учебу из еврейского центра, а это, естественно, еще больше усугубило напряженность, царившую в школе. И надо было такому случиться, чтобы именно в этот момент в воротах школы появилась проверяющая из Министерства Образования, которая должна была решить, получит ли школа дотацию правительства на зарплату преподавателям.

Директор школы, Бат-Шева Лахиани, жена раввина Ихьи Лахиани, посланника Ребе-Весвышнего в городе, подошла к ней и извинилась за то, что не сможет вместе с ней совершить обход по школе. "Давайте проведем это через две недели, когда я освобожусь", - предложила она... И только позже она поняла, какую допустила непоправимую ошибку. Поговорив с компетентными людьми, Бат-Шева Лахиани узнала, что отказ от приема проверяющего может привести к полному аннулированию дотации. "Кто знает, - подумала Бат-Шева, - может она вообще обиделась"...

Рав Лахиани рассказывает, что, несмотря на мрачные прогнозы, проверяющая из министерства появилась через две недели и попросила-таки совершить обход по столовой и прилегающим помещениям. Он удивился, почему она не интересуется классами, но совсем скоро эта загадка разрешилась самым неожиданным образом.

Когда женщина зашла на кухню, то увидела на стене портрет Ребе. Она обратилась к Гийому, не еврею, школьному повару, и спросила, как попал сюда этот портрет. "Если бы не этот портрет, - ответил повар, - меня бы тут не было". Он рассказал, что пять лет назад здесь проводили ремонт, и завуч послал его в соседнее здание принести какую-то вещь. Но при этом забыл предупредить его, что в конце лестницы есть большая яма.

"Я пошел выполнять поручение, - начал рассказывать Гийом, - и за мгновение до того, как ступить в яму, я почувствовал на себе чей-то взгляд. Инстинктивно я остановился и повернулся в сторону этой картины. И вдруг я понял, что Он смотрит на меня! В тот же момент я обнаружил перед собой яму и понял, что произошло чудо. Я вернулся в учительскую и заявил завучу, что если он хочет, чтобы я продолжал здесь работать, пусть повесит этот портрет в кухне, где я нахожусь целый день".

Ничуть не удивившись, проверяющая выслушала этот рассказ и заметила:

- Да, действительно, это очень приятный человек.

- Что? Но откуда вы Его знаете? - спросила ее Бат-Шева.

- Что значит откуда? Две недели назад он совершил со мной обход по всем классам и рассказал все об этой школе...

В первое мгновение Бат-Шева не знала, что и сказать:

- Вы уверены, что это был он? — наконец спросила она. - Он же в Нью-Йорке, вообще-то...

- Может быть, сейчас он в Нью-Йорке, - не понимая, чем вызвано такое удивление, ответила женщина. - Но две недели назад именно этот человек совершил со мной обход по школе.

Нужно отметить, что после этого, она не только подтвердила получение дотации, но и настояла на ее существенном увеличении.

по материалам: www.moshiach.ru

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ ИЗРАИЛЯ



От малярии будут лечить табаком

Как известно табак - растение, которое ежегодно косвенно становится причиной смертей множества людей. Однако, благодаря израильским ученым из Еврейского университета в Иерусалиме, именно табак может превратиться в лекарство от малярии - заболевания, которое только в Африке приводит к смерти более чем сотни детей каждый час.

Израильским ученым удалось "вывести" в лабораторных условиях генетически измененный табак, из которого стало возможным получить вещества, с помощью которых удается с высокой эффективностью лечить малярию. Речь идет о природном веществе, под названием артемизинин, который признан эффективным средством для лечения лекарственно-устойчивой малярии.

На сегодняшний день артемизинин известен и производится в небольших количествах из однолетнего растения артемизия, а также может быть создан искусственным путем. Однако высокая стоимость данного вещества сделала его добычу нецелесообразной в качестве средств от малярии для миллионов людей, которым артемизинин мог бы помочь в борьбе с болезнью.

Новая технология, предложенная израильскими исследователями, предполагает "сращивание" ферментативным путем артемизии и быстрорастущих растений табака, так что будет возможно получить обильный "урожай" артемизинина, который, соответственно, станет доступен по относительно низкой цене. Результаты исследования были опубликованы в англоязычном издании Nature Biotechnology.

Израильские исследователи выражают надежду на то, что их изобретение, в конечном счете, поможет контролировать малярию, на благо миллионов людей во всем мире, и в частности в развивающихся странах.

Как известно, около полумиллиарда человек ежегодно страдают от комаров - разносчиков паразитарной инфекции в Африке и Восточной Азии и других тропических и субтропических регионах. Из них около миллиона умирают от этой болезни.

Малярия является особенно серьезной проблемой в Африке, как для жителей этой страны, так и для туристов. Более 20% детских смертей в Африке связаны именно с малярией и ее последствиями.

О развитии опухоли "сигнализирует" кровь

Онкологические заболевания, как и многие другие болезни, гораздо легче поддаются лечению, если застать их на ранней стадии развития. Однако нередко сложности возникают именно с диагностикой в тот период, когда заболевание только начинает развиваться. Решение данной проблемы предложили израильские ученые.

Команда ученых из медцентра "Сорока", находящегося в "столице Негева" - Беэр Шеве, и обслуживающего около полумиллиона пациентов ежегодно, и исследователей из университета им. Бен Гуриона в Негеве, предложила инновационный, изобретенный ими метод. Посредством данной диагностики можно будет диагностировать, просто взяв у пациента кровь, как для обычного анализа.

Результаты такого исследования по эффективности и точности могут быть приравнены к результатам биопсии. Однако биопсия является инвазивной диагностикой, доставляющей большинству пациентов дискомфортные ощущения. А новая методика диагностики, предложенная израильтянами, так же проста, как и забор крови из пальца или из вены - процедура, которую без проблем проходят даже маленькие дети.

Израильские исследователи провели испытания новоизобретенной методики на примерно двух сотнях пациентов, у части которых были диагностированы онкологические заболевания. В девяти из десяти случаев, новая диагностика позволяла определить, имеются ли у пациентов злокачественные новообразования, а также уточнить, о каком виде онкологических заболеваний идет речь.

Израильские ученые на сегодняшний день продолжают исследования, добиваясь повышения эффективности данного метода диагностики, с тем, чтобы его стало возможно использовать в медицинских центрах.

Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), более шести из каждых десяти случаев онкологических заболеваний, возможно предотвратить, а успех в борьбе с онкологическими заболеваниями, в том случае если они начаты на ранней стадии развития, может составить около 70%.

Израильские медики и ученые предлагают диагностику и лечение онкологических заболеваний посредством наиболее передовых методик. В Израиле продолжается изучение механизмов развития опухалей, и постоянно ведется поиск новых путей борьбы с этим заболеванием, которое входит в пятерку основных причин раннего летального исхода.



Защитили полезные свойства напитков

Существует достаточно много напитков, полезных для здоровья. Например, это натуральные соки. Однако их подготовка к продаже нередко делает их гораздо менее полезными и питательными - таким образом, потребитель далеко не всегда может наслаждаться их уникальными свойствами. Решение этой проблемы нашли израильские ученые из хайфского Техниона.

Их изобретение - продукт нестандартного мышления и новейших нанотехнологий. Кроме своего прямого назначения, оно также может быть использовано в фармацевтической промышленности для защиты лекарств, на их пути через кишечник к желудку, и принести пользу в борьбе с онкологическими заболеваниями кишечника.

Группа израильских ученых с факультета биотехнологии и факультета пищевых технологий, разработала нанокапсулы, созданные на основе натуральных пищевых ингредиентов, и ставшие своеобразной "тюрьмой" для витаминов и других ингридиентов, способствующих улучшению состояния здоровья человека, но не растворяются в воде.

Данные нанокапсулы могут быть добавлены в любые напитки, без того чтобы ухудшить их вид, вкус, цвет или запах. При этом добавление нанокапсул немедленно повышает "ценность" напитка для здоровья. На сегодняшний день уже были созданы нанокапсулы с витамином D, дефицит которого остро ощущают многие израильтяне.

Исследователи отмечают, что витамины внутри капсулы не "портятся", не смотря, на кислую среду напитка. Также возрастает и срок годности напитка - а его полезность при этом, не уменьшается. Кроме того, такая капсула не распадется под воздействием ферментов желудка и поэтому может всосаться тонким кишечником.

На сегодняшний день исследователи изучают свойства собственного изобретения, проверяя, в частности, профиль его выделения и его биологический срок выживания. Кроме того, израильские исследователи хотят учиться инкапсуляции других биологически активных веществ, таких как противоопухолевые препараты

(→ → → → стр. 14)

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ ИЗРАИЛЯ

(← ← ← ← стр. 13)

Израиль побеждает в борьбе со слепотой

Новости, внушающие оптимизм, сообщает израильская благотворительная организация "Лирот", посвященная борьбе с офтальмологическими заболеваниями. Как выяснилось в ходе недавнего исследования, в последнее десятилетие количество случаев слепоты вследствие различных офтальмологических заболеваний, снизилось в Израиле на 50%.

Результаты проведенного исследования были опубликованы в англоязычном издании American Journal of Ophthalmology, February 2012. Активисты организации "Лирот" уверены - при проведении частых офтальмологических проверок, возможно бороться со многими заболеваниями глаз, которые в итоге приводят к потере

Согласно данным, опубликованным в исследовании, в 1999-м году на каждые сто тысяч израильтян приходилось около 34-х человек, лишенных зрения вследствие приобретенных офтальмологических заболеваний. А в 2008-м году этот показатель снизился до шестнадцати-семнадцати человек на каждую сотню тысяч израильтян.

Помимо этого, как отмечается в исследовании, количество израильтян, имеющих проблемы со зрением, однако еще не потерявших зрение, также снизилось наполовину. Речь идет, также, о приобретенных офтальмологических заболеваниях.

В Израиле в последние десять лет отмечается снижение развития офтальмологических заболеваний, приводящих к полной или частичной потере зрения, таких, как диабетическая ретинопатия, катаракта, глаукома и AMD. Во многом данные показатели "обязаны" тому факту, что все больше израильтян заботятся о проведении своевременной офтальмологической диагностики.

Активисты организации "Лирот" предупреждают о том, что людям обоих полов, в возрасте старше сорока лет, рекомендуется проводить офтальмологические анализы каждые два года, чтобы предотвратить развитие заболеваний, вредящих зрению.

Такую диагностику, возможно провести в Израиле также и для граждан других стран, причем, в очень краткие сроки. Диагностика является неинвазивной и безболезненной и подходит для людей любого возраста и пола.



Витамин против вирусов

Израильские ученые сделали важное открытие относительно свойств витамина D. Как выяснили две группы израильских исследователей, независимо друг от друга работавшие над проблемой лечения гепатита С и цирроза печени, именно витамин D может весьма позитивно повлиять на лечение этих двух, наиболее распространенных и опасных заболеваний печени.

Одно из исследований было проведено на клетках человеческого организма в лабораторных условиях, а другое - на подопытных грызунах. В обоих случаях клинические испытания еще впереди.

Как известно, витамин D образуется в организме человека либо вследствие воздействия солнечных лучей, либо вследствие потребления определенных продуктов, богатых данным витамином. "Классическая" роль витамина D для поддержания здоровья человека заключается в поддержании баланса в организме кальция и фосфора. Но, как недавно выяснилось, и для печени витамин D очень полезен.

Как удалось выяснить исследователям, витамин D, попадая в организм человека, "тормозит" активность вирусов в целом и вируса гепатита С, в частности, посредством выработки в клетках печени интерферона, чему и способствует данный витамин. Также выяснилось, что содержание витамина D в клетках печени приводит к активации иммунной системы.

Необходимо отметить, что интерфероны представляют собой семейство природных белков, которые производятся и выделяются клетками иммунной системы. Таким образом, как отмечают израильские ученые, при правильном сочетании витамина D и прочих видов лечения (например, подачи интерферона извне в организм пациента), появляется возможность уничтожения вируса гепатита С.

Что касается цирроза печени - заболевания, при котором ткань печени заменяется фиброзной рубцовой тканью, что приводит к потере функции печени - то израильские исследователи отмечают, что происходит это следующим образом: так называемые "печеночные звездчатые клетки" во время "отдыха" "собирают" витамин D. А после этого, активируясь, производят коллаген, что и приводит к фиброзу.

Исследователи провели эксперимент с лабораторными грызунами, больными циррозом печени, увеличив для них экспрессию рецептора витамина D. Данная мера привела к значительному сокращению роста "печеночных звездчатых клеток", и соответственно, сократила рост фиброзной ткани.

На сегодняшний день израильтяне продолжают свои исследования, относительно витамина D, однако уже сегодня понятно, что он приносит ощутимую пользу людям, страдающим заболеваниями печени.

Терроризм не сделал израильтян несчастными

Терроризм - средство не только и не столько уничтожения противника, сколько способ напугать и деморализовать его. Именно об этом говорит здравый смысл. Соответственно, в Израиле – стране, где терроризм явление весьма частое – испуганных и деморализованных людей должно быть немало.

Однако исследование, проведенное Центральным правительственным статистическим бюро (ЦБС), показало другие результаты. Как оказалось, израильтян в большей степени чем терроризм, волнует и влияет на их моральное состояние, погода, личные неурядицы, и тому подобные факторы.

Как выяснили исследователи, суточные колебания погоды больше влияют на удовлетворенность жизнью, чем терроризм.

Исследование охватило период с 2002-го по 2004-й год, когда более семи сотен израильтян были убиты в результате террористических актов, причем две трети из них были гражданскими лицами.

Тем не менее, в ходе обследований ЦБС не было обнаружено большой разницы между количеством людей, "очень удовлетворенных" или "достаточно удовлетворенных", в данный временной период, или в другие, более ранние или более поздние годы.

Так, в 2002-м году, когда наблюдалось наибольшее количество погибших вследствие терактов, более 80% израильтян заявили, что "удовлетворены жизнью" и в последующие годы, данные показатели практически не изменились. Исследователи назвали израильтян "очень эластичным" народом.

Авторы исследования предлагают два альтернативных объяснения подобному оптимистичному настрою израильтян. Одно из них заключается в том, что люди положительно реагируют, когда чувствуют, что правительство предпринимает какие-то шаги, чтобы обуздать террор.

Второе объяснение - так называемый "фактор социальной устойчивости". Терроризм в Израиле стал уже привычным, в какой-то степени -ожидаемым, и поэтому наиболее естественные реакции на него просто "отключились", хотя многим людям, пережившим теракт, бывает просто необходима психологическая помощь.

www.israelinfo.ru

МЕДЭНЦИКЛОПЕДИЯ

ПАХОВАЯ ГРЫЖА

Грыжа (лат. "hernia") - это выпячивание органа или его части через отверстия в анатомических образованиях под кожу, в межмышечное пространство или во внутренние карманы и полости. Грыжа может развиться из-за различных факторов, которые можно условно разделить на две основные группы, это:

• факторы, которые предрасполагают к развитию грыжи - особенности конституции человека, различные возрастные изменения, изменения связанные с беременностью и другие причины, приводящие к ослаблению брюшной стенки;

• факторы, которые влекут за собой непосредственно повышение внутрибрюшного давления - поднятие тяжестей, длительный кашель, частый плач или крик в младенческом возрасте;

* * *

Поначалу грыжа может не беспокоить пациента и быть совсем незаметной. Основная опасность этой болезни состоит в том, что по мере увеличения грыжи в размерах в грыжевой мешок начинают попадать части различных органов - петли кишечника, яичники и тому подобное. Рано или поздно наступает ущемление этих органов грыжевыми воротами, что может привести к тяжелым осложнениям, начиная от кишечной непроходимости и заканчивая некрозом ущемленной части органа. Еще одна неприятная особенность грыжи - с течением времени она может лишь увеличиваться в размерах, регресс данного заболевания невозможен.

В настоящее время, единственным способом излечения грыжи брюшной стенки является операция пластики грыжевого дефекта. Чем раньше она выполняется, тем лучше для пациента, потому что при развитии осложнений требуется уже не простая пластика, а куда более сложное и объемное оперативное вмешательство.

До появления современных технологий лечение грыж было относительно "примитивным". Суть его сводилась к следующему: во время открытой операции, через довольно большой разрез, грыжевой мешок выделялся из окружающих тканей; после этого, на втором этапе операции, производилось вправление грыжевого мешка; затем грыжевые ворота укрывались окружающими тканями, которые сшивались.

Данная техника операции была предложена итальянским хирургом Эдуардо Бассини еще в 1887-м году. Такая операция называется герниопластика с натяжением ("натяжная" герниопластика). Из-за того, что после подобной операции окружающие грыжевые ворота мягкие ткани (мышцы и сухожилия) натянуты, нередко такое осложнение, как прорезывание швов, что с очень большой вероятностью может привести к несостоятельности пластики и рецидиву грыжи.

Количество рецидивов после подобных операций, согласно данным различных авторов, составляет от 10-ти до 20-ти процентов. Кроме этого данная техника не ли-шена и других недостатков, в первую очередь, это довольно болезненный послеоперационный период и длительное, до 4-6 недель, заживление швов.

Вышеописанный метод и различные его модификации использовался вплоть до середины 20-го века. Однако, анатомы и хирурги, понимая все недостатки данной методики, в течение долгого времени пытались придумать такую технику лечения грыж, которая была бы лишена главного недостатка "натяжной" герниопластики - избыточного натяжения тканей окружающих грыжевой канал.

Так, в первой половине 20 века были впервые предприняты попытки пластики грыжевого канала трансплантатами - изначально предполагалось использовать сетки из серебра, тантала и нержавеющей стали. К сожалению, эти эксперименты, несмотря на все старания хирургов, довольно часто приводили к осложнениям, в первую очередь из-за того, что металл окислялся и распадался, вследствие чего возникали рецидивы грыжи. Кроме того, окружающие ткани довольно "агрессивно" реагировали на металлические имплантанты, что приводило к различным воспалительным послеоперационным осложнениям.

Настоящим прорывом в ненатяжной герниопластике стала операция, предложенная американским хирургом Лихтенштейном. В 1989-м году он, совместно с соавторами, доложил о своем опыте лечения 1000 пациентов страдавших от паховых грыж. Уникальность метода Лихтенштейна заключается, в первую очередь, в использовании синтетического имплантата, что позволяло оставлять окружающие ткани в не натянутом состоянии. Согласно отчету Лихтенштейна и его коллег, количество осложнений составило 0 случаев на тысячу операций герниопластики.

В настоящее время, герниопластика по Лихтенштейну признана "золотым стандартом" лечения грыж в США и Европе.

Кроме этого, стоит сказать также и о том, что производить операцию герниопластики с использованием синтетических имплантантов, можно как традиционным, открытым способом, так и лапароскопически, с использованием малоинвазивным методик. В последнем случае, вся операция делается через небольшие проколы, при помощи специальных инструментов, которые позволяют установить имплантант "изнутри", без больших разрезов кожи.

www.medportal.ru

ПИСЬМА РЕБЕ-ВСЕВЫШНЕГО

...НАДО ПОВТОРЯТЬ - ДВА, ТРИ РАЗА

С Б-жьей помощью,
19-е кислева, 5712-й г.,
Бруклин.

"Благословение и приветствие!

Я получил Ваше письмо и был рад слышать, что Вы чуствуете себя почти также, как раньше, и надеюсь, Вы будете чувствовать себя еще лучше.

Вы пишите о вашей дочери, огорченной тем, что ее дети не ведут себя, как положено евреям - передайте ей, что одной горечью не поможешь. Нужно побеседовать с ними им, и только добрым путем, мягкой речью и просьбами можно как-то повлиять. И не сразу же, как поговорят с ними произойдет что-то, но надо повторять - два раза, три раза, так, что в конце концов это повлияет, сначала немного, потом все больше и больше.

Вы сообщаете, что сын Вашей дочери собирается жениться. Следует обязательно поговорить с его невестой, чтобы она вела подобающий образ жизни, как следует еврейской дочери и особенно подчеркнуть важность соблюдения законов чистоты семейной жизни, кошерного питания и субботы. Нужно дать понять, что от ее поведения зависит ее счастье, счастье ее жениха и их будущих детей. А когда полагаются на Б-га, то потом видят обычными человеческими глазами, что это приносит добро в материальном и духовном.

С благословением на хорошее здоровье, и еврейское счастье от детей и внуков!" (перевод с идиша, источник - "Святые послания", т.5, стр.80-81).

...СЧАСТЬЕ, ЕСЛИ ЭТОТ ШИДУХ НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ

С Б-жьей помощью,
23-е мархешвана 5712-й г.,
Бруклин.

"Благословение и приветствие!

Я отвечаю вам на письмо от 12-го мархешвана, где вы пишите о молодом человеке.., проживающем на Святой Земле, дай Б-г чтобы она была отстроена вскорости. Парень ходит на свидания с целью женитьбы, и Вы предполагаете, что если он подкоротит бороду, то это облегчит ему поиск невесты. Тем более, вы видите, что многие набожные евреи так делают.

Излишне говорить о том, что все евреи без исключения, мужчины и женщины (называемые "верующие дети верующих") верят и знают, что Всевышний руководит как Вселенной в целом, так и частным миром отдельного человека, пристально наблюдая за каждым. И чтобы люди знали, как себя вести, Б-г дал им святую Тору, которая указывает путь, что можно делать, а что — нельзя в течении жизни человека. Среди многих заповедей есть обязанность носить бороду. И даже те, кто придерживается мнения, что можно стричь бороду, согласны, что есть заповедь ее носить. Однако есть и такие, которые запрещают укорачивать бороду, например, Цемах-Цедек, внук Алтер Ребе, автора книги "Тания" и "Шулхан Арух аРав", который постановил, что по Торе запрещено подстригать бороду. Но в любом случае ясно — носить бороду и не стричь ее, это заповедь, и ее исполнение указывает на Б-гобоязненность.

Все зависит от Творца, особенно в вопросах связанных с женитьбой, где особо заметно, что Б-г хозяин положения. И каждому абсолютно ясно, что если носить бороду - это заповедь, то она не может служить препятствием к созданию семьи. Таким образом нетронутая борода не может мешать "шидуху" (свиданию с целью женитьбы), если это его настоящая пара. А если нетронутая борода мешает "шидуху", то само собой это доказательство, что для него счастье, если этот шидух не получается. А подходящую пару Всевышний подберет молодому человеку в свое время и они будут жить счастливой еврейской жизнью, следуя путям Торы и заповедей" (перевод с идиша, источник - "Святые послания", т.5, стр.35-36).





ЗДОРОВЫЙ СМЕХ

ПОЧТИ КАК В ЖИЗНИ

* * *

"Почта России - еще не все потеряно!"

* * *

"Первая заповедь строителя - не покупать фанеру в ветреный день".

* * *

Мастер из автосервиса звонит клиенту домой.

- Здравствуйте, ваша жена приехала в наш автосервис...

- Да, я знаю, я оплачу ремонт ее автомобиля.

- Да, ремонт ее автомобиля вы оплатите. А кто будет платить за ремонт автосервиса?

* * *

В частной клинике, в связи с выпиской, больного приглашают в кабинет главврача.

- Мы сделали всё, что могли, но полностью справиться с вашей болезнью не удалось - она у вас наследственная.

- В таком случае пошлите счёт моему отцу!

* * *

Они!... Такие капризные и требовательные... Дорого обходятся, но ты просто не в силах жить без них!

Благодаря им мужчина познаёт свет и тьму, тепло и холод, влагу и жажду, уют и долги... Спасибо, что вы есть, коммунальные службы!

* * *

Открываешь ящик с носками, а там всё обклеено объявлениями "Ищу себе пару"...

* * *

Учёным наконец-то удалось изобрести лекарство от лени. Но производство препарата постоянно откладывается - медикам лень проводить клинические испытания.

* * *

iPhone - самый умный телефон! У него самый высокий процент владельцев, которые значительно глупее своего телефона

* * *

Табличку "Львов не кормить" на клетке в зоопарке все читали. И только уборщик знает, что с обратной стороны написано "Людей не есть"

* * *

Дантист - пациенту:

- Да успокойтесь вы, я ничего вам не сделаю!

- Вот этого я и боюсь!

* * *

- Что вы делаете с правдой?

- Я её вру.

* * *

- Ты чего такой помятый?

- Да с пьяну сел в машину, завёл, оказалась стиральная.

* * *

- Фима, почему ты не хочешь уехать в Израиль?

- Знаешь, Зяма, я там буду неприметной личностью.

- Почему?

- Да там же все евреи.

* * *

"Как? Вы никогда не ели пельмени под душем? Да вы просто никогда не опаздывали на работу!"

* * *

Купил недавно новые синие джинсы и надел новые чёрные носки... Попал под дождь... Одежда красит человека!

* * *

Парень приходит к приятелю:

- У меня на завтра назначена свадьба.

- Да! А кто невеста-то? Я же вообще о ней не в курсе.

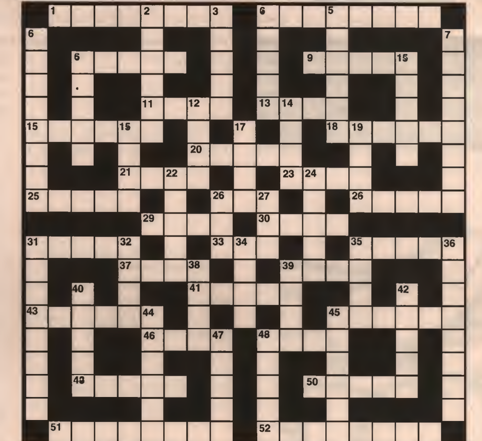
- И она о тебе. Поэтому я у тебя спрятаться и решил.

* * *

Если бы Некрасов написал поэму "Кому на Руси жить хорошо?" сейчас, её бы никто не стал читать, потому что эти лица и так каждый день показывают по телевизору.

* * *

КРОССВОРД № 29



По горизонтали:

1. Великий еврейский мудрец, живший в 17-м веке.
4. Автор романа "Дом".
8. Верхняя законодательная палата США.
9. Музыкально-драматическое произведение.
11. Роман Этель Лилиан Войнич.
13. Надпись на кадре в кинофильме.
15. Злой, свирепый надсмотрщик.
18. Зодиакальное созвездие.
20. Клавишный духовой музыкальный инструмент.
21. Популярный американский киноактер, один из комиков современного Голливуда.
23. Сорт яблок.
25. Водоплавающая птица семейства утиных.
26. Боевой клич войск при атаке.
28. Бывшая столица Японии.
29. Птица с длинным изогнутым клювом и веерообразным хохолком.
30. Легкий гоночный автомобиль.
31. Наместник императора в древнем Риме.
33. Положение, когда мяч или шайба оказываются за пределами игрового поля.
35. Острая приправа к пище.
37. Химический элемент.
39. Финансовое предприятие.
41. Крупный восточно-сибирский олень.
43. Эстрадный танец быстрого темпа.
45. Затруднительное, тяжелое положение.
46. Твердый слоистый материал, разновидность халцедона.
48. Занятие, служащее для развлечения, отдыха.
49. Французский писатель и философ.
50. Начальный момент спортивного состязания.
51. Средство передвижения на Востоке в виде укрепленного на длинных шестах крытого кресла или ложа, переносимого носильщиками.
52. Ядовитое ползающее насекомое.

По вертикали:

2. Человек, обладающий даром красноречия.
3. Лесная птица отряда воробьиных.
4. То же что помидор.
5. Крупное хищное млекопитающее семейства кошачьих.
6. Композитор, автор песни "Ландыши".
7. Литературная основа большого вокального сочинения.
8. Прохладительный напиток.
10. Прозрачный драгоценный камень.
12. Газ с резким запахом.
14. Денежная единица в Японии.
16. Сеть ресторанов быстрого обслуживания в России.
17. Удушливый газ.
19. Порт на Азовском море.
22. Одна из нескольких поездок для привоза или отвоза груза (просторечие).
24. Ластоногое млекопитающее семейства тюленей.
26. Приток реки Селенга.
27. Часть драматического произведения.
31. 16-й президент США.
32. Медный духовой музыкальный инструмент.
34. Бытовой электроприбор.
35. Упрек, порицание.
36. Литературный язык Древней Индии.
38. Засеянное поле.
39. Морское двухмачтовое парусное судно с прямыми парусами.
40. Воспитанник военного училища в дореволюционной России.
42. Сильное возбуждение, задор.
44. Норвежский исследователь Арктики.

АВТОР СОСТАВИТЕЛЬ: АБРАМ ГУРЕВИЧ, МИЛУОКИ

Ответы на предыдущий кроссворд:

По горизонтали:

1. Менделеев. 4. Атмосфера. 9. Яго. 11. Утконос. 12. Юта. 14. Одр. 15. Вар. 16. Дебора. 18. Ангина. 19. Тромб. 20. Аскет. 22. Емине. 24. Атлас. 26. Литер. 28. Враки. 29. Есаул. 34. Отлет. 35. Тальк. 37. Метис. 38. Иртыш. 39. Тахта. 41. Ядрица. 43. Тамада. 46. Ром. 47. Том. 48. Буг. 50. Гобелен. 51. Ара. 53. Нападение. 54. Крупчатка.

По вертикали:

1. Мелодрама. 2. Дог. 3. Етуар. 5. Мусин. 6. Фет. 7. Андромеда. 8. Пончо. 9. Ярд. 10. Орбита. 12. Юпитер. 13. Ава. 17. Атлас. 18. Абрис. 21. Квартет. 23. Инсульт. 25. Твист. 27. Егерь. 30. Чемберлен. 31. Лепта. 32. Салат. 33. Нашармака. 34. Острог. 36. Кираса. 40. Хорев. 41. Ямб. 42. Цыган. 44. Аннау. 45. Ата. 49. Уда. 52. Руа.

"...Не будь этих моральных принципов и ценностей, цивилизация вернулась бы к состоянию хаоса"
(из резолюции конгресса США)

1. Запрещение идолопоклонства.
2. Запрет проклинать Творца.
3. Запрещение кровопролития.
4. Запрещение воровства.
5. Запрещение прелюбодеяния.
6. Запрет есть органы животных, пока они еще живы.
7. Назначение судей.

7 ЗАПОВЕДЕЙ ПОТОМКОВ НОЯ
(Заповеди народов мира, данные Ребе-Всевышним на горе Синай через Моисея)

МАРТ 2012 - АДАР/НИСАН 5772

Время зажигания субботних и праздничных свечей в городах, где распространяется "ГИ"

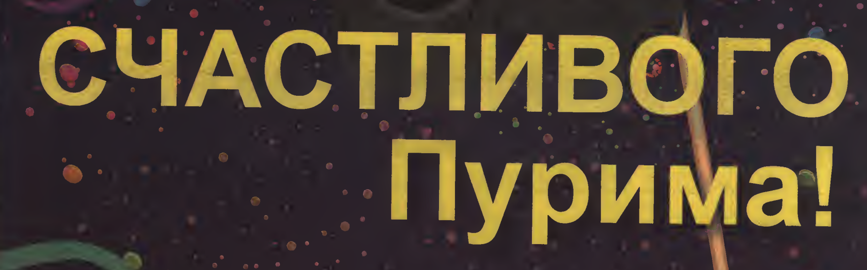


Женщины, девушки и девочки, зажигайте субботние и праздничные свечи!

Время зажигания свечей - 25 минут до захода солнца в пятницу. **Ни в коем случае нельзя зажигать свечи после захода солнца!** Замужняя женщина зажигает две свечи и по одной свече за каждого ребенка, а девушки и девочки - только одну. Перед зажиганием свечей опустите несколько монет в копилку для пожертвований, затем зажгите свечи, закройте руками глаза и произнесите благословение: **"Благословен Ты, Господь Б-г наш, Владыка Вселенной, который освятил нас своими заповедями и приказал зажигать свечи святой субботы!"** После этого мысленно попросите Ребе-Всевышнего о благополучии вашей семьи и скажите: **"Да живет наш Ребе-Б-г, Наш Учитель, Король Мошиах вечно!"**

	4/06	4/07	4/12	4/13	4/20	4/27
АТЛАНТА (ДЖОРДЖИЯ)	7:44	8:55	7:49	7:49	7:55	8:00
БАЛТИМОР (МЭРИЛЕНД)	7:17	8:28	7:23	7:24	7:31	7:38
БОСТОН (МАССАЧУСЕТС)	6:58	8:09	7:05	7:06	7:14	7:22
БРУКЛИН (НЬЮ-ЙОРК)	7:08	8:19	7:15	7:16	7:23	7:30
ДЕНВЕР (КОЛОРАДО)	7:11	8:22	7:17	7:18	7:25	7:32
ДЕТРОЙТ (МИЧИГАН)	7:46	8:57	7:53	7:54	8:02	8:09
КАНЗАС-СИТИ (МИССУРИ)	7:23	8:44	7:29	7:30	7:37	7:44
КЛИВЛЕНД (ОГАЙО)	7:40	8:51	7:46	7:47	7:52	8:02
КОЛАМБУС (ОГАЙО)	7:44	8:55	7:50	7:51	7:58	8:05
ЛАС-ВЕГАС (НЕВАДА)	7:10	8:21	7:16	7:17	7:24	7:31
Л. АНДЖЕЛЕС (КАЛИФОРНИЯ)	7:00	8:11	7:04	7:05	7:11	7:16
ЛУИСВИЛЬ (КЕНТАКИ)	7:53	9:04	7:58	7:59	8:06	8:13
МАЙАМИ (ФЛОРИДА)	7:22	8:33	7:24	7:25	7:29	7:32
МИЛУОКИ (ВИСКОНСИН)	7:06	8:25	7:13	7:14	7:22	7:30
МИННЕАПОЛИС (МИННЕСОТА)	7:30	8:41	7:38	7:39	7:48	7:56

	4/06	4/07	4/12	4/13	4/20	4/27
МЭДИСОН (ВИСКОНСИН)	7:12	8:23	7:19	7:20	7:28	7:36
ПОРТЛАНД (ОРЕГОН)	7:27	8:38	7:36	7:37	7:46	7:54
ПРОВИДЕНС (РОД-АЙЛЕНД)	6:59	8:10	7:06	7:07	7:14	7:22
РАЛЕЙ (СЕВ.КАРОЛИНА)	7:23	8:34	7:28	7:29	7:35	7:40
РИЧМОНД (ВИРДЖИНИЯ)	7:19	8:30	7:25	7:26	7:33	7:40
С. ФРАНЦИСКО (КАЛИФОРНИЯ)	7:20	8:31	7:25	7:26	7:32	7:39
САКРАМЕНТО (КАЛИФОРНИЯ)	7:16	8:28	7:22	7:23	7:29	7:36
СИЭТТЛ (ВАШИНГТОН)	7:29	8:40	7:38	7:39	7:49	7:58
СОЛТ-ЛЭЙК СИТИ (ЮТА)	7:40	8:51	7:46	7:47	7:54	8:02
ТУСОН (АРИЗОНА)	6:29	7:40	6:33	6:34	6:39	6:44
ФИЛАДЕЛЬФИЯ (ПЕНСИЛЬВАНИЯ)	7:12	8:23	7:18	7:19	7:26	7:33
ХЬЮСТОН (ТЕХАС)	7:25	8:36	7:28	7:29	7:34	7:38
ЦИНЦИННАТИ (ОГАЙО)	7:49	8:00	7:55	7:56	8:03	8:09
ЧИКАГО (ИЛЛИНОЙС)	7:04	8:15	7:11	7:12	7:20	7:27
ЭЛИЗАБЕТ (НЬЮ-ДЖЕРСИ)	7:09	8:20	7:16	7:17	7:24	7:31



Мы поможем Вам повеселиться на Пурим.

Когда приходит время праздников в Kroger понимают важность традиций, именно поэтому мы у нас есть широкий выбор кошерных продуктов. В нашем супермаркете вы найдёте всё, что вы любите на Пурим!

